

cu mânia de dreptul judecător, la înfricoșata judecată, unde nu mai este nici milă nici ertare, ci hotărâre groaznică asupra păcătoșilor și osândire veșnică. De care pre noi pre toți să ne izbăvească Prea Milostivul Dumnezeu, luminându-ne în sfânta credință și mărturisirea păcatelor prin pocăință, cu toată slobozenia inimii și smerita cugetare.

Iar darul lui Dumnezeu și marea Mila S'a să fie cu Voi cu toți.

**Smeritul între Ieromonahi,
Antipa Duhovnicul**





SFATUIRE

CĂTRE CEL CE

VOEȘTE SĂ SE MĂRTURISEASCĂ

Îoși cei ce am primit taina sfântului Botez, și ne numim creștini, ne-am spălat prin botez de strămoșescul păcat, și ne-am făcut fii (după dar) lui Iisus Hristos. Am lepădat pre satana și toate răutățile lui; și iarăși toți suntem supuși neputințelor, patimelor, alunecări-

lor în păcate și în nelegiuiri. De aceia toți, câți în Hristos v'ați botezat, de obște bărbați și femei, tineri și bătrâni, mireni și călugări, bogați și săraci, împărași și Domni, cunoaștem fără îndoială și știm că toți suntem leproșiati cu felurimi de păcate. Așa dar, trebuie să mergem ca la Iordan cu Neeman Sirianul și la scăldătoarea Oilor ca bolnavul cel de la Evanghelie, carele zicea către Iisus Hristos: Doamne om nu am. Deci și noi îndată degrab să alergăm la Duhovniceștii noștri părinți, să mărturisim prin graiu tot ori-ce am păcătuit ca să luăm de la ei ertare și canōniserile, potrivit

după canoanele Bisericii răsăritului, prin care ne spălăm înfinăciunea păcatelor noastre.

CAP. I.

Cum se cuvine cine-va mai înainte să se gătească când va să se mărturisească.

Frate al meu păcătosule (ca și mine), această mai înainte gătire se cuvine să aibi, când vrei să te pocăești și să te mărturisești. Să știi întâiu, că pocăința, după cum zice Dumnezeucul Ioan Damaschin (Cartea 2, Cap. 47), „este o întoarcere de la acea afară de fire la cea după fire și dela diavolul către Dumnezeu, care se

face cu osteneală și cu nevoi-
nță." Deci și tu, o iubite al
meu, de voești să te pocăiești
precum se cuvine, ești dator
să lași pe diavolul și pre lu-
crurile cele diavolești ale lui,
și să te întorci către Dumne-
zeu și către petrecerea cea du-
pă Dumnezeu. Să lași păcatul
care este afară de fire și să te
întorci la fapta cea bună, care
este cea după fire. Să urăști
răutatea atât de mult, în cât să
poți zice și tu ca David: „Ne-
dreptatea am urât și m'am scâr-
bit" (Psalm 118). Din protivă
să iubești binele și poruncile
lui Dumnezeu atât de mult, în
cât să zici cu dânsul: „Iar le-
gea ta am iubit"; și iarăși:

„Pentru aceasta am iubit po-
runcile tale mai mult decât a-
urul și topazia" (Psalm 126).
În scurt, te sfătuiește Duhul cel
Sfânt prin înțeleptul Sirah, care
este pocăința cea adevărată,
așa zicând: „Întoarceți-vă către
„Domnul și părăsește păcatele;
„întoarceți-vă către cel Înalt și
„te întoarce de la nedreptate
„și foarte urăște lucrarea cea
„rea" (17, 19, 25).

Câte sunt părțile pocăinții.

Să știi a doua, că părțile po-
căinței sunt patru: înfrângerea
(zdrobirea), mărturisirea, face-
rea canonului și deslegarea pă-
catului, carea se face de Darul
sfântului Duh prin Duhovnic,

care și chee se numește și mai cu de-adinsul aceasta ține: Taina pocăinței.

Ce este înfrângerea

Infrângerea este un necaz și o durere desăvârșit a inimei, care se face, pentru că omul cu păcatele sale, a întristat pre Dumnezeu și a călcat Dumnezească legea lui. Această durere nu stă numai în simțire, adică întru suspine și lacrimi, ci mai cu deadinsul stă întru a urî păcatul, voința cea din lăuntru a omului, și a nu voi să'l mai facă nici odinioară.

Insemnează și aceasta, că durerea și înfrângerea inimei, este după cum zice Coresie,

alcătuitoare a pocăinței. În câtă vreme se află în inimă, este și omul întru pocăință; iar îndată ce va lipsi durerea aceasta din inimă, lipsește și omul de la pocăință. Care va să zică durerea și zdrobirea, se cuvine să se afle tot-d'auna în inima celui ce se pocăește, și numai așa este pocăința lui adevărată. Însă aceasă înfrângere a inimei este a celor ce sunt desăvârșit și fii, pentru că se pricinuește din singură dragostea cea către Dumnezeu, adică se pocăește un fiu numai pentru că a mîhnit pre tatăl său, iar nu pentru că va să se lipsească de moștenirea părintească sau va să se gonească din casa tatălui său.

Mărturisirea se cuvine să se facă la cei mai iscusiți Duhovnici.

Înălău, cercetează și te înștiințează, care este cel mai iscusit Duhovnic de cât toți; pentru că zice Marele Vasilie (hotărârea prescurt 229). Precum patimile și ranele trupului, nu le arată oamenii la fiecare, ci numai la cei iscusiți doctori, cari știu să le vindece așa și păcatele se cuvine să se arate, nu la cel ce s'ar întâmpla, ci la cei cari pot să le tămăduiască.

CAP. II.

Cum să cuvine să se mărturisească păcătosul.

După ce vei socoti într'acest chip păcatele tale și mai înainte te vei găti cu zdrobire la aceasta și cu părere de rău atunci mergi la Duhovnicul cel iscusit precum am zis.

De știi carte, însemnează păcatele tale și pre hârtie, pentru ca să nu uiți.

De va fi departe locuința Duhovnicului, nu te lenevi, precum nu te lenevești să mergi și la doctor iscusit pentru boala trupească, când este departe.

Zi și tu ca fiul cel curvar:
„Sculându-mă, mă voi duce
la tatăl meu“.

Viind la dânsul; când acela
îți va zice să ți mărturisești pă-
catele înaintea Stăpânului Hri-
stos, atuncia tu îngenunchind
înaintea Sfintei Icoanei Lui zi:
„Părinte, greșitam la ceriu și
înaintea Ta și nu sunt vrednic
să mă numesc fiul Tău! Iată
astă-zi, Părinte, prin duhovni-
cul meu acesta, mă voi mă-
rturisi Ție, întru dreptatea ini-
mei“. Și să începi a te mărturisi.

Să cuvine să știi tu și acea-
sta, că de nu vei face cuviin-
cioasa cercetare a păcatelor
tale mai înainte de a te mă-
rturisi, câte păcate vei uita, și

nu le vei mărturisi, sunt ne-
iertate; pentru că uitarea acea-
sta s'a făcut de voe dela sine-
ți, putând să ți aduci aminte
de dânsule cu cercetarea și
nu o ai făcut. Dar de vei face
cercetarea cea cuviincioasă și
se va întâmpla să uiți vreun
păcat, ca un om ce ești uită-
tor, acest fel de păcat zic oa-
re-carii, că se iartă împreună
cu celelalte păcate pre care
le'ai mărturisit, pentru că ui-
tarea aceasta nu este de voe,
ci fără de voe. Dacă după
mărturisire îți vei aduce aminte,
trebuie iarăși să mergi la Du-
hovnic și să mărturisești și
pre acel păcat. de care ți-ai
adus aminte.

Mărturisirea se cuvine să se facă
cu umilință

Se cuvine să te mărturisești
cu umilință și zdrobire a in-
mei, precum își mărturisea
curva păcatele sale, precum
Hananianca, și precum vame-
șul se ruga, pentru ca să pri-
mească Dumnezeu mărturisi-
rea ta și să-ți dea ertare pă-
catelor tale, căci, „inima zdro-
bită și smerită, Dumnezeu nu
o va urgisi“.

Această umilință se cuvine
să o arăți încă și când te mustră
duhovnicul pentru vrun păcat
al tău, tăcând și nemâniindu-te,
nici batjocorind cuvintele lui,
ci primind mustrarea cu bu-

curie, ca și când ți-ar fi făcut-o
aceasta Insuși Dumnezeu. Ce
zic : să o primești cu bucurie ?
De este cu putință, să cuvine,
ca un osândit să te pleci la
pământ și să uzi picioarele lui
cu lacrimile tale, precum te
sfătuește Sf. Ioan scărarul, zi-
când : Făte și cu năravul și
cu gândul, ca un osândit la
mărturisirea ta, în pământ cău-
tând, și de este și cu putință
și picioarele doctorului, ca pre-
ale lui Hristos, cu lacrimi u-
dându-le“ (Cuvânt 4).

Mărturisirea se cuvine să nu
fie prihănitoare

Se cuvine să nu prihănești
pe unul sau pe altul, când te

mărturisești, puind înainte, că aceștia s'au făcut pricină ca să păcătuiești, precum și Adam a pricinuit pre Eva și Eva pre șarpe. Să nu faci aceasta, ci numai și numai pre sine-ți să te prihănești“, și pre voința ta cea rea: „de voiești să prihănești, pre sine'ți te prihănește“, zice dumnezeescul Gură de Aur (Văroava 51 la Mateiu), și Pildele: „Dreptul lui 'și este prihănitor“ (18, 17). Lui își zice, și nu altora, pentru ca nu, în loc căutând să împușinezi cu mărturisirea păcatelor tale, să le imulțești adăogând și osândirea. Iar ce să zici la Duhovnic, te sfătuiește Ioan scărarul (cuvânt 4):

„Spune nu te rușina: a mea „este umflătura, părinte; a mea „este rana; dintru a mea lenevire s'a făcut, iar nu dintru a altuia; nimenea nu este „pricinuitor al aceștia: nici „om, nici duh, nici trup, nici „altul care-va ci numai lenevi- „rea mea“.

Mai înainte de a merge la Duhovnic să faci mărturisirea ta, zi cu umilință rugăciunea aceasta

Doamne Dumnezeu nostru, cel bogat întru milă și necuprins întru îndurări, carele singur ești din fire fără de păcat și pentru noi, fără de păcat te-ai făcut om, ascultă în ceasul acesta, ascultă du-

teroasă a mea rugăciune, că sărac și lipsit sunt eu de fapte bune, și inima mea s'a turburat întru mine; că tu, Doamne, înaltule, împărate al cerului și al pământului, știi că toată în-nereșea mea în păcate o am cheltuit, și umblând după poftele trupului meu, m'am făcut cu totul bucurie dracilor, cu totul am urmat diavolului, tăvălindu-mă tot d'auna în noroiul poftelor. Că întunecându-mi-se gândul din copilărie și până acum, nici odată nu am voit să fac voia ta cea sfântă, ci cu totul robindu-mă de poftele care mă încungiuură m'am făcut răs și batjocură dracilor, nici decum în minte

socotind, că nesuferită este urgia îngrozirei tale celi asupra păcătoșilor, și gătită fiind gheenea focului. Și dintru această pricină întru desnădăjduire, căzând, și nici decum întru simțire de întoarcere viind pustiu și gol de dragostea cea dela tine m'am făcut. Că ce fel de păcat nu am făcut? Ce lucru drăcesc nu am lucrat? Ce faptă grozavă și înversunată nu am săvârșit cu covârșire și cu sângeală? Mintea cu totul mi-am întinat, prin cugete trupești; trupul mi-am spurcat, prin amestecări; duhul cu totul mi l'am pângărit cu învoirea spre păcat. Toate mădularile ticălosului meu trup,

a lucra și a sluji la păcate
le-am pornit. Și cine dar nu
mă va plânge pre mine tică-
losul? Cine nu mă va tângui
pre mine osânditul? Pentru-că
eu singur Stăpâne, mânia ta
o am întărâlat, eu singur urgia
ta asupra mea o am ațâlat,
eu singur răutatea înaintea ta
am făcut întrecând și covâr-
șind pre toți cei din veac pă-
cătoși, fără de asemănare pă-
cătuind, și fără de ertare. Ci
de vreme ce ești mult milostiv,
și mult îndurat, Iubitorule de
oameni, și aștepti întoarcerea
oamenilor, iată și eu mă arunc
pre sine-mi înaintea înfricoșă-
tului și nesuferitului tău divan,
și că și cum m'aș atinge de

prea curatele tale picioare,
dintru adâncul sufletului strig
ție: milostivește-te Doamne,
iartă-mă, îndurate, ajută nepu-
tințele mele; pleacă-te nedu-
merii mele, ia aminte la ru-
găciunea mea, și lacrimile mele
să nu le treci. Primește-mă
pre mine, cela ce mă pocăesc,
și rătăcit fiind întoarce-mă, și
întorcându-mă îmbrățișază-mă
și mă eartă, căci mă rog. Pen-
tru că nu ai pus pocăință drep-
ților, nu ai pus ertare celor
ce nu greșesc ci ai pus po-
căință asupra mea păcătosului,
întru acela care spre întărâ-
tarea ta, am lucrat, Gol și
descoperit stau înaintea ta, cu-
noscătorule de inimi Doamne,

mărturisindu-mi păcatele mele, pentru că nu pot să caut și să văd înălțimea cerului fiind împilat de greutatea păcatelor mele. Deci luminează-mi ochii inimii mele și dă-mi mie umilință spre pocăință și zdrobire de inimă spre îndreptare, ca cu bună nădejde și cu adevărată deplină adevărare să merg la lumea cea de acolo, lăudând și binecuvântând tot-dea-una prea sfânt numele tău: al Tatălui și al Fiului, și al Sfântului Duh, acum și pururea și în vecii vecilor, amin.

Apoi mergând la Duhovnic stând în genuchi, citește una din aceste 2 mărturisiri, și în punctele unde ești mai mult vinovat, oprește-te și spune mai lămurit.

Mărturisire către Duhovnicescul Părinte cu care însuși Sfântul Dimitrie Mitropolitul Rostovului se mărturisea

Mărturisesc Domnului Dumnezeuului Atotțiitorului carele este în Sfânta Treime slăvit și închinat, Tatălui și Fiului, și Sfântului Duh. Și prea binecuvântatei și pururea fecioarei Născătoarei de Dumnezeu Maria, și tuturor puterilor cerești

și tuturor sfinților, și Sfinției
Tale Cinstite Părinte, toate pă-
catele mele câte rău am făcut,
și am greșit fără de număr și am
mâniat pre Domnul Dumne-
zeul meu, în toate zilele vieții
mele, și în ziua de astăzi, și
ceasul. Cu gândul, cu cuvân-
tul, și cu lucrul. Că în păcate
m'am zemislit, în păcate m'am
născut, în păcate m'am cres-
cut, și în păcate până în ziua
de astăzi, și ceasul am viețuit.
Asemenea mărturisesc, că foar-
te am greșit, cu mândria, cu
slava deșeartă, cu zavistia, cu
urîciunea, cu iubirea de argint,
(cu nedreapta ocârmuire a ave-
rii Bisericești), cu nemilostivi-
rea, cu mânia, cu somnul, și

cu lenevirea, cu înbuibarea
pântecelui, cu întunecarea dră-
cească în gânduri necurate,
cu poște de tot felul de curvie,
și cu osândirea. N'am cinstit
zilele sfinte, n'am umblat la
Biserică, (n'am dat pildă bună
supușilor mei), am jurat pe
ne adevăr. În Biserică am stă-
tut cu ne luare aminte la cele
ce se cetesc și să cântă și
mai 'nainte de vreme am eșit
din Biserică ; m'am împărtășit
cu nevrednicie cu Sfintele Tai-
ne, n'am păzit sfintele posturi,
am greșit cu voe, și fără de
voe, cu sufletul și cu trupul,
și cu toate simțirile mele cele
sufletești și cele trupești; și fiin-
dcă în toate fără de legile am

petrecut, și câte slăbiciunea
omenească va putea greși
înaintea Domnului eu am
greșit, și vinovat sunt înaintea
lui Dumnezeu, întru toate
păcatele mele cele fără de
număr, câte am mărturisit și
câte am uitat, pentru toate a-
ceste mă căesc, și îmi pare
rău, și cu sfărâmarea inimii,
mă rog Stăpânei mele, prea
Sfintei și prea bine-cuvântatei
Născătoare de Dumnezeu și
pururea fecioarei Maria, și tu-
tutor puterilor cerești, și tu-
tutor sfinților, și sfinției tale
Cinstite părinte, să-mi fiți mar-
turi în ziua judecății împotriva
diavolului vrăjmaș, și pizmă-
tarețul neamului omenesc, și

să vă rugați pentru mine pă-
cătoșul, Domnului Dumnezeu-
lui meu. Și te rog cinstile pă-
rinte ca cela ce ai putere dată
ție dela Hristos Dumnezeul
nostru, ca să deslegi și să
erți, și să lași păcatele celor
ce se mărturisesc, desleagă-
mă și pre mine de toate câte
am mărturisit, și pre mine câte
am uitat, să mă curățești de
toate păcatele și să mă erți,
și canon să-mi rânduiești că
cu adevărat foarte mă căesc
și mă voi căi, și de acum îna-
inte cu ajutorul lui Dumnezeu,
pre cât voi putea mă voi păzi.
Iartă-mă cinstile părinte și mă
bine-cuvintează, și te roagă
pentru mine păcătoșul.

Mărturisirea către Duhovnic după rânduiala Sfântului Munte Athos

Mărturisesc Domnului Dumnezeuului meu A-tot-țiitorului, Celui în Sfânta Treime slăvit și închinat; Părintelui și Fiului și Sfântului Duh și Stăpânei mele prea Bine-cuvântatei Născătoarei de Dumnezeu și pururea Fecioarei Maria; tuturor Puterilor cerești și sfinției Tale Cinstite Părinte, toate păcatele mele, câte am făcut din copilărie până astăzi, și dela mărturisirea mea cea mai de pe urmă, cu umilință le mărturisesc :

Că multe răutăți am făcut,

greșind fără de număr. Că în păcate m'am zemislit, și în păcate m'am născut, în păcate am crescut și în păcate până în ziua și ceasul de acum am viețuit.

Că voia lui Dumnezeu și sfintele lui porunci, niciodată n'am păzit; nici frica și dragostea Lui mai înainte de toate, n'am cinstit.

Că în noroiul poftelor dulcețelor trupești și în grijile vieții fiind cufundat, cu totul m'am întunecat la minte, ticălosul și nebunește întru cunoștință am păcătuțit; de unde rob și locaș patimilor m'am făcut și din răul obicei, în răutăți și în toate voile mele din ti-

nerețe am urmat. Și așa cu lenevire și cu multă nesimțire, până acum petrec, făcându-mă cu totul bucurie dracilor.

În viața mea, faptă bună s'au pocăință adevărată cu lacrimi de umilință, nici-de-cum n'am arătat, și în tot ceasul de a greși nu încerez.

Că ce fel de păcate nu am făcut?

Ce lucru drăcesc nu am lucrat?

Ce faptă grozavă și înverșunată nu am săvârșit, cu covârșire și cu sânguință, întru arălare și întru ascuns, cu voie și fără de voie, în știință și întru neștiință; cu lucrul, cu cuvântul, cu gândul, cu mintea și cu toate simțirile

mele cele sufletești și trupești.

Știința despre Dumnezeu și despre Sfinția Ta duhovnicescul meu Părinte și despre aproapele, nu o am păzit curată, și când stau la rugăciune și la canon, mă cuprind de lenevire, și nu mă rog cu tresvire și cu evlavie adevărată, ci în gânduri necuvioase și în griji lumești și deșarte mă răspândesc. Pravila și canonul cel rânduit nu le împlinesc cum se cuvine nici la timpul rânduit le săvârșesc. Sărbătorile nu le-am cinslit cum se cade. La biserică nu urmez regulat. Și în biserică fiind, nu stau cu frica lui Dumnezeu și cu luare aminte la pravilă, sau cu rugă-

ciunea în minte, ci mă răspândesc cu gândul, și dormitez întru nepăsare și fără muștrare de știință. Sunt stăpânit de iubirea de sine-mi și de tot felul de dulceați: de odihnă și voia trupului; de nebuna împătimire, și de tot felul de iscodiri și necurății. Păcate multe și nelegiuiri cu ne oprire săvârșesc.

Cu lăcomia pântecului și ne-înfrânarea, în toate zilele ne-sățios și cu prea sațiu mâncând și bând, fără de vreme și fără rânduială, la arătare și într'ascuns, masa de obște nepăzind, și în beție petrecând.

Cu multă trândăvie și somn peste măsură, cu ne-curate nă-

luciri și întinăciuni în somn. Cu multă întunecare drăcească petrec în gânduri necurate și în tot felul de curvie și învișunări și toate simțirile mele sufletești și trupești mi le-am împuștit cu reaua mea voință. Mă laud în mine și cu gura, mândrindu-mă sufletește și trupește, îndulcindu-mă de slava deșartă și mâniind pre Dumnezeu; Cu părerea de sine-mi că sunt ceva, cu înalta cugețare și cu îngânfarea. Cu iubirea de argint și cu loată agoniseala de prisos, de îmbrăcăminte și alte lucruri nefolositoare; cu scumpețea, cu silnicia, cu hrăpirea, cu nemilos-tivirea și cu ne-îndurarea și

când făgăduiesc a da ceva sau
a face bine, nu împlinesc. Cu
fățarnicia și cu vicleșugul, amă-
gind pre alții; cu nedreptatea,
cu pâra și cu minciuna, cu
mânia și cu iușimea, cu cle-
vetirea, cu pisma și cu urî-
ciunea, cu silnicia și cu răsplă-
tirea de rău cu defăimarea și
cu a lua în răs pe alții; cu
nesupunerea, cu cârtirea și cu
nerăbdarea. Cu vorbe deșarte,
cu glume și cu răs, cu limbușia,
cu furtișagul și cu îndoirea în su-
flet și în gând, cu hula și cu ne-
credința. Sunt cu nemulțumire
pentru facerea de bine către
Dumnezeu și către oameni.
Am osândit, am pârît, am ocă-
rît, am blestemat, am urît pe

- 39 -
aproapele meu, am zavistuit,
am ținut minte răul, am mințit,
am fost martur mincinos, am
jurat strâmb, și am pus pe
alții să jure. Sunt uritor de
frați, ocărăsc fără de rușine,
tiu minte răul și caut să-mi
răsbun, am împietrire de inimă.
M'am împins de mânie și de
uriciune, și cu toată răutatea
sufletească și trupească. Cer-
tându-mă cu alții cu vină și
fără vină am ocărit, am îm-
brâncit, am bătut, am lovit și
sânge am făcut, și apoi n'am
căutat să fac pace și să cer
ertăciune, ci plin de uriciune
și cu împietrire de inimă pe-
trec neertat. Am spus cuvinte
de rușine și spurcate, și am

pricinuit sminteli și poticniri. Mi-am spurcat ochii cu privirea fețelor de sminteală și a părților celor ascunse, privind și pipăind fără de rușine. Am curvit cu mintea, cu inima și cu sufletul și m'am spurcat cu poftile și cu învoirea. M'am înfrumusețat și m'am împodobit, că să fac ochilor streini plăcere spre sminteală. M'am fălărnicit și m'am lăudat, ca să fiu numit și cinstit între oameni. Am înșelat, camătă am luat, pe săraci nu i-am miluit, pe bolnavi nu i-am căutat și cu vicleșug m'am purtat; pe cei scârbiți nu i-am mângâiat nici i-am împăcat. M'am arătat nemulțumitor către făcă-

torii mei de bină; n'am inimă dreaptă către frați și către cei mai mari; am făcut răutate și vicleșug. De câte ori am mărturisit sfinții Tale păcatele și neputințele mele, nu le-am mărturisit curat, cu frica lui Dumnezeu și cu zdrobire sufletească, rușinându-mă am ocolit pricinele păcatului, ca să nu ști toate ale mele cum le-am făcut. Canonul ce mi l'ai dat nu l'am împlinit cum se cade și porunca sfinții Tale nu o am păzit.

Făgăduințele Sfântului Botez și ale Dumnezeescului și Ingerescului chip Monahicesc, curate nu le-am păzit. Greșesc în toate zilele și în tot momen-

tul, noaptea și ziua, de față și întru ascuns, smintindu-mă și smintind pe alții, cu vederea, cu auzirea, cu mirosirea, cu gustul și cu pipăirea; cu neînfrânarea ochilor, și a limbii și cu toate simțirile mele sufletești și trupești, și fac intrigă între frați. Și fiind-că în toate fără de legile am petrecut și cât e slăbiciunea omului va putea greși, eu am greșit înaintea lui Dumnezeu, și sunt vinovat întru toate păcatele fără de număr, pe care le-am mărturisit și câte am mai și uitat. Pentru toate acestea mă căesc și îmi pare rău, și cu sfărâmarea inimei, mă rog prea sfinței și prea binecuvântatei slă-

vitei Stăpânei noastre Născătoare de Dumnezeu și pururea Fecioarei Maria, tuturor puterilor cerești și tuturor sfinților; Și sfinții Tale Cinstite Părinte, să-mi fiți martori în ziua judecății, împotriva vrăjmașului meu diavol, că toate acestea le-am mărturisit și canon pentru ele am primit, și te roagă lui Dumnezeu pentru mântuirea și îndreptarea mea, că mă făgăduesc să pui început bun.

Cercetează-te omule de ai greșit și din acestea mai jos notate

Spunele fără sială și fără rușine Du-
hovnicului, om ca și tine pătimaș.

De ai curvit. De ai prea curvit. Sau cu dobitoace ai curvit; sau cu bărbat ori cu copii ai făcut sodomie; sau cu femeia ta peste fire. Sau malachie de ai făcut singur sau cu altul. De ai făcut vărsare de sânge, sau ai și omorât. De ai furat sau morminte ai prădat. De ai înșelat și pe strâmb ai jurat, sau pe altul ai pus să jure. De ai vândut scump și cu nemilostivire, sau dobândă ai luat. De ai oprit leafa slugilor

sau lucrătorilor, ori nu le-ai plătit drept. De ai lucrat cu vicleșug ori fals sau cu lenevire. De injuri de cele sfinte, sau hulești pe Dumnezeu. pe Sfinți sau credința ortodoxă. De drăcuești pe oameni sau dobitoacele. De nu postești cele 4 posturi de peste an, sau Miercurea și Vinerea. De mănânci sânge de dobitoc înjunghiat. De lucrezi Duminica și sărbătoarea. Deții zilele cele băbești, care sunt sărbători drăcești rămase de la închinătorii de idoli și de la ovrei.

De te blestemi pe sineși sau pe alții. De te-ai lepădat de credință, care să nu fie. De ai fost la vrăjitoare, descân-

lătoare, ori ghicitoare, sau însuși faci acestea; de faci spiritism singur sau ei parte cu cei cari fac acestea, care vorbesc cu dracii. De te cerși cu femeia în casă sau cu copiii și de'i bași, care este stricarea casei.

De te îmbeși, sau te ții de beție și de certuri, de hoșii și de curvii.

De pui lăutarii să-ți cânte, sau de cânți singur din gură ori cu cimpoiul, cu vioara sau fluerul, ori cu alt-ceva. De joci la horă, sau la baluri, sau în cărți; sau cântați de amor; că toate acestea sunt petreceri ale închinătorilor de idoli.

De cilești Romanuri sau alte

cărți stricătoare de suflet și îndemnătoare la poște curvești sau alle necuviințe.

De te-ai unit cu societățile sau cu eretici și Adventiștii și alte adunări cari sfătuiesc în contra religiunii și a lui Dumnezeu, că este cea mai mare fără de lege și ca o lepădare de credință să socotește. Și ori-ce alt ți se va mai întâmpla, mărturisește toate duhovnicului, și cum îl va lumina Dumnezeu te va povățui la calea mântuirii.

DUPĂ MĂRTURISIRE

Mergând acasă, zi rugăciunea
aceasta înaintea Sf. Icoane

Mulțumesc ție, Doamne Du-
nezeul nostru, pentru toate ale
tale faceri de bine, cari ai fă-
cut nouă nevrednicilor, din vâr-
sta cea dintâiu, până întru a-
ceasta de acum, pentru cele
ce știm și care nu știm, pen-
tru cele arătate și pentru cele
ne arătate, ce s'au făcut cu lu-
crul și cu cuvântul.

Cela ce ne-ai iubit pre noi
atâta, cât și pre singur Unul
născut Fiul Tău l'ai dat pen-
tru noi; învrednicește-ne și pre
noi să ne facem vrednici dra-
gostei Tale. Dă-ne, întru cu-

vântul Tău înțelepciune, și în-
tru frica Ta însuflă tărie cu
puterea cea de la tine.

Și ori-ce am greșit, cu voe
sau fără de voe, iartă-ne și nu
le socoti. Și păzește sufletul
nostru sfânt, și'l pune pre el
înaintea divanului Tău, având
știință curată și sfârșit vrednic
iubirei tale de oameni. Și ți a-
do aminte, Doamne de toți cei
ce cheamă întru adevăr numele
Tău. Aduți aminte de toți cei
ce ne vor nouă binele, și de
cei ce ne vor răul, căci toți
suntem oameni, și îndeșărt este
tot omul. Pentru aceea ne ru-
găm ție, Doamne, dă-ne nouă
mare mila milostivirei Tale.

Doamne Dumnezeu meu, ca

un bun și de oameni iubitor, multe mile ai făcut cu mine, carele nu așteptam să le văz. Și ce voi răsplăti bunătății tale, Doamne al meu? Doamne, mulțumesc numelui tău celui mult lăudat, mulțumesc milostivirei Tale, cei nepovestite, ce ai spre mine, mulțumesc îndelung răbdărei tale cei neasemănați. Și de acum înainte sprijinește-mă și-mi ajută și mă acopere stăpâne al tuturor, ca să nu mai greșesc înaintea Ta; că Tu cunoști alunecarea cea lesnicioasă a firei mele, tu știi nepriceperea mea, tu cunoști cele lucrate de mine, cele într-o cunoștință și într-o necunoștință, cele de voe și fără de

voe, cele din noapte și din zi, cele cu mintea și cu gândul. Deci, ca un bun și iubitor de oameni Dumnezeu, ștergele pre ele, prea Bunule Doamne, cu roua milei tale, și ne mântuiește pre noi pentru sfânt numele Tău, cu judecățile care știi, pentru că tu ești lumina și adevărul și viața, și ție slavă înălțăm: Tatălui și Fiului și Sfântului Duh, acum și pururea și în vecii vecilor, Amin.

CAP. III.

Că se cuvine să primească cu bucurie canonul său, și ce este împlinirea canonului

După mărturisire, urmează

a treia parte a pocăinței, adică facerea canonului, ceea ce este săvârșire lucrătoare a canonului ce îi va da Duhovnicul, precum o hotărăște Gavriil al Filadelfiei în cartea cea „Pentru Taine“. Deci și tu, păcătosule, ai datorie să primești cu bucurie mare canonul ce îți va da Duhovnicul; ori post de va fi, ori metanii, ori milostenie, sau ori-ce alt. Și mai înainte de toate, să primești cu tot suflul depărtarea de împărtășire întru atâtea ani ce îți va orându-i, pentru că cu această puțină certare, îmblânzești urgia cea mare, care are Dumnezeu asupra ta. Cu acest vremelnice canon, scapi de ca-

nonul cel vecinic al muncii.

Cel ce se pocăește, însuși se cuvine să ceară mai mult canon.

Poate că Duhovnicul vrea să-ți dea puțin canon, tu singur să cuvine să-l rogi ca să-ți dea mult, precum face aceasta și alții mulți cari se pocăesc cu ferbințeală ca să îmblânzești cu canonul acesta vremelnice, pre Dumnezeu zeeasca dreptate mai mult, și să te adeverezi mai bine că Dumnezeu ți-a iertat vecinica muncă ce ai avut să ei pentru păcat.

CAP. IV

Cum să se păzească păcătosul
după mărturisire

A treia păzire: *mărturisirea
cea deasă, cinci lucruri de folos
pricinuește.*

Să obicinuești a te mărtu-
risi des, adică, nu numai când
faci păcat de moarte și mare
îndată să alergi la Duhovnic,
ci, de este cu puțință, și când
vei face vre-un păcat mic și
lesne de iertat.

Berzele au obiceiul, că nu
se mai duc acolo unde li se
strică cuiburile. Și dracii fug
de la acela care se mărturi-
sește des, căci cu deasa măr-

turisiră, se strică cuiburile și
mrejele lor. Iarăși dracii au
spus unui bărbat îmbunătățit,
că nu au nici o încăpere și
stăpânire la cei ce se mărtu-
turisește des. Afară de aceasta
au mai spus, că atunci când
omul se află nemărturisit au
ei toate mădulările lui ca cum
legate cu păcatul, și nu poate
să se miște ca să facă lucrul
cel bun; iar când se vor mărtu-
risi, îndată se desleagă.

Și oare pentru care altă pri-
cină, Neeman Sirul, nu s'a
scăldat numai odată în Iordan,
ci de 7 ori? Numai pentru ca să
ne învețe pre toți; pre mici și
mari, pre patriarhi, pre mitro-
poliți și pre ceilalți arhieriei,

pre duhovnici și pre preoți, să ne mărturisim de 7 ori, adică des și de multe ori (pentru că numărul cel de 7, la Dumnezeuasca Scriptură, în loc de multe se ia) și să ne scăldăm în apele pocăinței, al căreia chip avea Iordanul, pentru că într'acesta boteza Mergătorul înainte, Botezul pocăinței pre popor (Marcu 1, 4).

Al '3-lea folos al mărturisirei celei dese

Cel ce se mărturisește des, măcar și vre-un păcat de moarte de va face vre-odată și îndată îl va mărturisi, intră în Darul lui Dumnezeu și ori câte lucruri bune va face, i se fac

lui mai mult vrednice de viața cea veșnică.

Iar cel ce nu se mărturisește des, dacă cum-va, să zicem, va fi făcut și acesta acelaș păcat de moarte și nu va fi alergat îndată să-l mărturisească la Duhovnic, în câtă vreme este nemărturisit, nu numai că se lipsește de Darul lui Dumnezeu, ci și câte lucruri bune va face dela sine-și: postiri, privegherii, metanii și altele de acest fel, nu i se fac lui vrednice de plată și de viața veșnică, pentru că sunt lipsite de Darul lui Dumnezeu, care Dar, este începătura și temeliea tuturor lucrurilor celor către mântuire. (Vezi la Cap.

IX al „Invățăturei celei către Duhovnic“.

A 6-a păzire: Rugăciunea

Zice sfințitul Augustin, că omul se cuvine să facă aceia ce poate și să ceară dela Dumnezeu aceea ce nu poate. Pentru aceasta și noi, după ce ți-am dat cele mai înainte zise 5 păziri, ca să nu mai cazi în păcat, și pre cari păziri, poți să le faci dela sine-ți cu a ta putere, mai pre urmă îți dăm și a 6-a păzire care este Sfânta Rugăciune. Deci să nu încetezi de a te afierosi pe sine-ți lui Dumnezeu și de a'L ruga cu fierbințeală, ca să întărească neputința ta și să înteme-

eze voința ta într'această hotărâre ce ai făcut cu cel dintru înălțime Dar al său și ajutor, nădăjduind tu că te va auzi, pentru mare mila Sa, precum însuș s'a făgăduit: „De va striga către mine, auzi-l voi pre el, că milostiv sunt“ (Eșire 22, 27). Nu ai putere dela sine-ți? Nu ai întărire intru voința ta? Pricina este că nu ceri dela Dumnezeu. „Nu aveți pentru că nu cereți“, zice dumnezeescul Iacov (4. 2). Te temi de primejdie? Te înfricoșezi de ispita păcatului? Privighează și te roagă, ca să nu cazi într'însa. „Privighiați și vă rugați ca să nu intrați în ispita“. (Mat. 26, 41). Și pen-

tru mai multă lesnire, iată că
îți însemnăm aicea această Ru-
găciune:

„Mult Milostive Doamne Isu-
„se Hristoase Dumnezeuul meu,
„mulțumescu-Ți că pentru tai-
„nica mărturisire cea de către
„duhovnicescul meu părinte,
„mai învrednicit pre mine pă-
„cătosul, să iau dela Tine er-
„tare păcatelor mele. Urmând
„lui David celui ce a zis: „Ju-
„ratu-mam și am pus, ca să
„păzesc judecățile dreptăței ta-
„le“, îți dau făgăduință. cu o
„hotărâtoare voință a sufletului
„meu, că aleg mai bine să iau
„mii de morți, de cât să mai
„fac de acum înainte vre-un
„păcat de moarte și să amă-

„răsc cu el bunătatea Ta cea
„nemărginită. Dar de vreme ce
„voința mea este neputincioa-
„să singură de sine-și fără de
„ajutorul Tău, mă rog Ție cu
„fierbințeală, să mă împuter-
„nicești cu darul Tău și să mă
„întărești cu ajutorul Tău cel
„puternic, ca să rămân până
„în sfârșit neschimbat întru a-
„ceastă sfântă hotărâre. Iubi-
„torule de oameni Isuse al
„meu, împuternicești-mă să pe-
„trec întru pocăință, cea-l'altă
„vreme a vieții mele și să do-
„bândesc aicea, adică pre pă-
„mânt darul Tău, iar acolo în
„ceriu fericită slava Ta, pen-
„tru rugăciunile prea bine cu-
„vântatei Maicei Tale și ale

„tuturor sfinților tăi“. Amin.

CUVÂNT PRE URMĂ

Fac sfârșit și peceiuesc această sfătuire a mea, cu aceste cuvinte:

Tatăl, cel ce a trimis pre Mergătorul înainte Ioan, ca să bolege, a propovedit prin gura aceluia către păcătoși, zicând: „Pocăiți-vă“ (Mat. 4. 17).

Duhul cel sfânt, când s'a pogorât în chip de limbi de foc, acelaș cuvânt a grăit, prin Apostolul Petru: „Pocăiți-vă“ (Fapte 2, 38).

Trei sunt cei ce mărturisesc și mărturia acestora trei este adevărată, iar mai vârtos însu-și Adevărul.

Deci, o păcătoșilor, cari sun-
teți asemenea mie, pocăiți-vă,
pocăiți-vă, pocăiți-vă, că s'a
apropiat Impărăția Cerurilor.
Sfârșit și lui Dumnezeu slavă.

INVĂȚĂTURĂ CUM SE FAC METANIILE

*Când te închini lui Dumnezeu,
să stai drept înaintea Sfințelor icoa-
ne și cu toată luarea aminte să-ți
pironești mintea la Dumnezeu, și
așa te rog cu toată umilința su-
fletului și cu lacrimi.*

*Când începi a face metanii, să
te pleci în genunchi cu capul până
la pământ, și la fiecare metanie să
zici această rugăciune :*

Doamne iisuse Hristoase
Fiiul lui Dumnezeu miluește-mă
pre mine păcătosul.

Și după ce vei face multe me-
tanii 25 sau 50 sau 100 mai fă
și pentru Maica Domnului alte me-
tanii cât de multe, zicând această
rugăciune la fiecare metanie:

Prea Sfântă Născătoare de
Dumnezeu Fecioară Marie,
mântuește-mă pre mine păcătosul

Tot aceste rugăciuni să zici și
când faci închinăciuni plecându-te
cu mâna până la pământ, rar și
cu mintea ațintită la cuvintele ru-
găciunii ce zici din gură, că atunci
primește Dumnezeu rugăciunea ta.

— F I N E —